



献

立

表

日	曜	献立名	主な材料	身体を動かすエネルギー源になる(黄)	血や骨・肉になる(赤)	身体の調子を整えるもの(緑)	おやつ				
2	月	わかめご飯・他人煮・ヨク	米 砂糖 油 強化米	ヨク 卵 豚肉 高野豆腐 わかめ 海苔	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸	みかん・菓子					
3	火	2月誕生会 幼児ハンバーガー 乳牛ニングルロール・ハンバーグ・チーズスパゲティーサラダ・いちご	パン マカロニ マヨドレ 片栗粉 砂糖 油 ハーブ油	豚肉 牛挽肉 チーズ サ おから	玉葱 人参 キャベツ いちご ブロッコリー コーン	ケーキ					
4	水	ほうれん草とひき肉のカレー・ヨーグルト	米 ジャガイモ 米粉 油 蜂蜜 砂糖 強化米	ヨーグルト 牛挽肉 豚挽肉	玉葱 人参 ほうれん草 えのき ホットマリんご 果汁 干し椎茸	*フレンチトースト					
5	木	白菜と豚肉の煮込みうどん・ヨク	うどん 油 砂糖	ヨク 豚肉 卵 竹輪 油揚げ	白菜 人参 玉葱 青梗菜 葱	牛乳パン					
6	金	白パン・鱈のきのこソース わかめと炒り卵のサラダ	パン 米粉 マヨドレ 油 砂糖	鱈 牛乳 卵 ハム 对向肉 わかめ	キャベツ 玉葱 小松菜 人参 えのき しめじ いんげん コーン 舞茸 生姜	*おからいり白玉だんご					
7	土	◆すき焼き風丼・パイン缶	米 砂糖 油 強化米	焼き豆腐 豚肉 蒲鉾	白菜 玉葱 人参 しらたき ほうれん草 パイン缶 椎茸 葱	菓子					
9	月	超熟ワカツヤ・ポテトとウイナーのチーズ焼き・ソース	じゃが芋 パン マヨドレ カレ	ヨーグルト ウイナー 卵 チーズ	玉葱 人参 コーン ブロッコリー	*ひじき入りそぼろおにぎり					
10	火	ゆかりご飯・五目大豆煮・ヨク	米 砂糖 油 強化米	ヨク 生揚げ 大豆 豚肉 はんぺん	大根 人参 こんにゃく ゲリピース	みかん・菓子					
12	木	ミートスパゲティー プロッコリーの胡麻和え	パゲティー 米粉 油 砂糖 ごま	卵 豚挽肉 牛挽肉 ジャニ フルーツ	玉葱 人参 ホットマリんご コーン しめじ セリ パセリ 干し椎茸	ヨーグルトケーキ					
13	金	ご飯・鮭の西京焼き・きんぴらごぼう・アバどう	米 砂糖 油 ごま油 強化米	鮭 ヨーグルト 豚挽肉	ごぼう 人参 しらたき ゲリピース	*クレープ ❤					
14	土	◆ご飯・麻婆豆腐・みかん缶	米 片栗粉 油 砂糖 ごま油 強化米	豆腐 豚挽肉 牛挽肉	みかん缶 玉葱 人参 青梗菜 ラ 葱 干し椎茸	菓子					
16	月	ご飯・生揚げのふきよせ・ヨク	米 里芋 片栗粉 油 砂糖 強化米	ヨク 生揚げ 鶏肉 はんぺん	白菜 人参 玉葱 椎茸 いんげん	みかん・菓子					
17	火	白パン・コーンクリームシチュー・ソース	じゃが芋 パン カレ 米粉 油	ヨーグルト 牛乳 豚肉 ハム 对向肉	玉葱 人参 ほうれん草 しめじ クリーム	ロールケーキ					
18	水	お弁当の日	下段参照★ アレルギー児は除去食材は使用しないでください！								
19	木	超熟ロール・春雨の中華炒め・さつま芋のサラダ	パン さつま芋 春雨 マヨドレ 砂糖 油 ごま油	豚挽肉 牛挽肉 チーズ	玉葱 人参 青梗菜 胡瓜 葱 干し椎茸 大蒜 生姜	*ポパイのカッピーケーキ					
20	金	食育の日「よく噛んでたべよう」 ご飯・かじきの生姜煮 蕪とがんもの蟹蒲あんかけ・ヨク	米 砂糖 片栗粉 強化米	かじき ヨク がんもどき 蟹蒲鉾	蕪 人参 生姜	*ジャムサンド					
21	土	◆菜飯・豚汁	米 里芋 油 強化米	豆腐 豚肉 油揚げ	大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸	菓子					
24	火	3月誕生会 ちらし寿司・豆腐すまし汁・いちご	米 マヨドレ 砂糖 油 強化米	豆腐 サ 蒲鉾 油揚げ 高野豆腐 でんぶ 海苔 わかめ	人参 いちご コーン 菜花 えのき 絹さや 干瓢 干し椎茸	ケーキ					
25	水	味噌ラーメン・アリンゴ	中華麺 砂糖 油 ごま油	ヨーグルト 卵 豚挽肉 カル	もやし キャベツ 玉葱 人参 青梗菜 コーン ラ 葱 干し椎茸	メロンパン					
26	木	ご飯・味付け海苔・炒り豆腐・ヨク	米 砂糖 油 強化米	ヨク 豆腐 卵 鶏肉 味付け海苔	玉葱 人参 しらたき 小松菜 しめじ 葱 干し椎茸	みかん・菓子					
27	金	モーニングロール・カスカレイのケチャップ あんかけ カリラワーとリゴのサラダ・ソース	パン 米粉 油 砂糖 片栗粉	ヨーグルト カスカレイ ハム	玉葱 人参 カラワー リンゴ 青梗菜 水菜 えのき 生姜	*フライドポテト					
28	土	◆五目御飯・豆腐の味噌汁	米 ジャガイモ 砂糖 油 強化米	豆腐 鶏肉 油揚げ ひじき わかめ	人参 ごぼう こんにゃく 舞茸 ゲリピース 浅葱 干し椎茸	菓子					
3歳以上児 1か月平均	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カリウム mg	ナトリウム mg	鉄 mg	ビタミン	食物繊維 g	食塩相当量 g		
		587	24.8	19.9	306	772	3.3	303	0.48	048	33

都合により献立内容を変更することがあります。牛乳はおやつにつきます。 *マークは手作りおやつです。

◆マークは全園児が食べられるメニューです。(除去なし) 赤字はふじぐみリクエストメニューです。

除去食を依頼されているアレルギー児、土曜日出席の回答されていて欠席をされる場合は、必ずコドモンで連絡を入れて下さい。

お願い

箱舟保育園の給食は「大量調理施設衛生管理マニュアル」に基づいて提供しております。その中で「調理後の食品は、調理終了後から2時間以内の喫食」とあります。通常より遅く登園すると、2時間以上経過してしまう時がでてきてしまいます。

通院や家庭の事情などで登園時間が11時を過ぎて登園される場合は、昼食を済ませて登園されるか、各自で昼食(市販のパン等可)を持参して登園されますよう、ご協力ををお願いいたします。

給食のメニューのレシピが知りたい・野菜をたくさん食べられるレシピが知りたい・最近家での食事を食べてくれないから相談にのって欲しいなどなど、給食のご要望がある方はコドモンやメールでお知らせください。 給食メモなどで、回答しま~す！！

★お弁当のぶどうは形状に関わらずお弁当には禁止です。えだまめ・ミニトマト(プチトマト)・さくらんぼなど、ある程度の硬さがあり、滑りやすい果物や野菜は子どもの気道を塞ぐ大きさであるため、危険性があるとのことですので、どうしても入れる場合は1/4以下にカットして下さい。)カッピゼリーは吸い込んで食べるため誤嚥の危険があります。必ずカッピから出して入れてください。

さくらんぼは種を外して4つに切ってください。 詳しくは4月の給食メモを参照してください。

・4歳未満の子どもにはポップコーンを与えない。

ご飯やパンでも一度にたくさん詰め込んでしまえば、誤嚥・窒息につながります。

日常からご家庭でもよく噛んで食べることの大切さ、食べ物をたくさん詰め込み過ぎないなどを、ぜひご指導ください。

